

PHÒNG CHỐNG BỆNH THỦY ĐẬU

Bệnh thủy đậu là bệnh lành tính, không có triệu chứng nặng nề ngoài những mụn nước nhưng rất dễ gây nhiễm trùng da nơi mọc mụn nước, có thể dẫn đến nhiễm trùng huyết, viêm não.... Phụ nữ mang thai mắc bệnh Thủy đậu sẽ rất nguy hiểm cho thai nhi, có thể gây sảy thai hoặc để lại dị tật thai nhi. Hãy cùng tìm hiểu nguyên nhân và triệu chứng của bệnh trong bài viết dưới đây để có cách chữa trị và phòng bệnh đúng cách.

1. Bệnh thủy đậu là gì?



Bệnh thủy đậu (hay còn gọi là trái rạ) là bệnh truyền nhiễm cấp tính do **virus thủy đậu** có tên **Varicella virus** gây ra. Loại virus này là tác nhân gây ra **bệnh thủy đậu** ở trẻ em và **bệnh zona** ở người lớn.

Đây là bệnh có khả năng lây lan nhanh chóng, có thể xảy ra ở cả trẻ em (phổ biến hơn) và người lớn. Mùa xuân thời tiết ẩm nồm là thời điểm **bệnh thủy đậu** bùng phát mạnh nhất. Biểu hiện rõ rệt của thủy đậu là những mụn nước phồng rộp trên khắp cơ thể, ngay cả trong niêm mạc lưỡi và miệng.

Bệnh có nhiều con đường lây nhiễm, có nhiều biến chứng nguy hiểm. Do vậy cần có kiến thức cơ bản về bệnh này để có phương pháp phòng ngừa và điều trị kịp thời.

2. Thủy đậu có lây không?

Thủy đậu là bệnh truyền nhiễm và lây truyền từ người sang người bằng cách tiếp xúc trực tiếp, lây lan qua không khí từ các giọt nước bọt nhỏ li ti được tiết ra từ đường hô hấp (ho, hắt hơi, nói chuyện) hoặc lây từ các chất dịch ở nốt phỏng.

Ngoài ra, thủy đậu còn lây truyền gián tiếp qua những đồ vật bị nhiễm chất dịch của nốt phỏng. Như việc sử dụng chung đồ dùng cá nhân: bàn chải đánh răng, khăn mặt, ăn uống chung với người đang bị thủy đậu.

3. Triệu chứng của thủy đậu qua từng giai đoạn

Hình ảnh nốt mụn nước thủy đậu qua từng ngày

Bệnh thủy đậu có 4 giai đoạn phát triển, mỗi giai đoạn có dấu hiệu khác nhau. Cụ thể:

3.1. Giai đoạn ủ bệnh

Đây là giai đoạn nhiễm virus, thời kỳ virus trong người và phát bệnh. Giai đoạn này kéo dài từ 10 - 20 ngày. Người mắc bệnh lúc này không có bất kỳ dấu hiệu gì, rất khó để nhận biết.

3.2. Giai đoạn khởi phát (phát bệnh)

Thời điểm phát bệnh với những triệu chứng như sốt nhẹ, nhức đầu, cơ thể mệt mỏi. Bắt đầu xuất hiện phát ban đỏ với đường kính vài milimet trong 24 - 48 giờ đầu. Một số bệnh nhân còn có hạch sau tai, kèm **viêm họng**.

3.3. Giai đoạn toàn phát

Bệnh nhân bắt đầu **sốt cao**, chán ăn, buồn nôn, mệt mỏi, đau đầu và đau cơ. Các nốt ban đỏ bắt đầu có những nốt phỏng nước hình tròn, đường kính từ 1 - 3 mm.

3.4. Giai đoạn hồi phục

Sau từ 7 - 10 ngày phát bệnh, các mụn nước sẽ tự vỡ ra, khô lại và bong vảy dần hồi phục trở lại. Trong giai đoạn này cần **vệ sinh các vết thủy đậu** cẩn thận, tránh để nhiễm trùng. Kết hợp sử dụng các loại **thuốc trị sẹo**, thuốc trị thâm. Bởi thủy đậu sẽ để lại sẹo rỗ (lỗm) sau khi chúng biến mất.

4. Bệnh thủy đậu và những biến chứng nguy hiểm

Các mụn nước gây ngứa và rát, rất khó chịu.

Những nốt mụn nước này xuất hiện toàn thân, mọc kín trên cơ thể bệnh nhân. Mọc cả vào niêm mạc miệng gây khó khăn trong việc ăn uống. Một số trường hợp bị nhiễm trùng mụn nước sẽ có kích thước lớn hơn, dịch bên trong mụn nước màu đục do chứa mủ.



Thủy đậu là bệnh lành tính, chúng vốn sẽ khỏi sau 1 thời gian phát bệnh. Tuy nhiên, bệnh nào cũng sẽ có những biến chứng nguy hiểm nếu không có biện pháp chữa trị đúng cách. Các **biến chứng của thủy đậu** gồm:

- Nhiễm trùng, gây lở loét các vết mụn nước sau khi vỡ, gây chảy máu bên trong. Đây là biến chứng thường gặp ở trẻ nhỏ do không kiêng giữ được như dùng tay để gãi ngứa.
- Gây **viêm não, viêm màng não** (xuất hiện sau 1 tuần mọc mụn nước): là biến chứng có thể xảy ra ở cả trẻ nhỏ và người lớn, tuy nhiên người lớn dễ gặp phải biến chứng này hơn. Các triệu chứng đi kèm gồm sốt cao, hôn mê, co giật, rối loạn tri giác, rung giật nhãn cầu. Biến chứng này có thể gây tử vong nếu không chữa trị kịp thời.

- Viêm phổi thủy đậu: biến chứng này thường xảy ra ở người trưởng thành, vào ngày thứ 3 - 5 sau khi phát bệnh. Biểu hiện như ho nhiều, **ho ra máu, khó thở** và tức ngực.
- Gây viêm thận, **viêm cầu thận cấp**: các triệu chứng của biến chứng này là tiểu ra máu và **suy thận**.

Mẹ bầu khi mang thai mà mắc bệnh thủy đậu cần khám chữa kịp thời

- Phụ nữ mang thai bị bị thủy đậu, mẹ bầu nếu bị thủy đậu 5 ngày trước khi sinh hoặc 2 ngày sau khi sinh có thể lây nhiễm thủy đậu từ mẹ sang con, bé có thể bị khuyết tật hoặc tử vong.
- Gây viêm tai giữa, viêm thanh quản: do các nốt mụn thủy đậu mọc ở khu vực này gây lở loét, nhiễm trùng gây sưng tấy.

5. Cách phòng ngừa và điều trị bệnh thủy đậu



5.1. Cách chữa thủy đậu

Bệnh thủy đậu hiện nay chưa có thuốc đặc trị, chỉ có các loại thuốc và phương pháp hỗ trợ điều trị. Là bệnh lành tính do vậy có thể tự điều trị tại nhà theo chỉ định của bác sĩ. Các trường hợp bị biến chứng cần điều trị nội trú tại bệnh viện theo đúng liệu trình của bác sĩ. Để bệnh nhanh thuyên giảm và an toàn khi điều trị, cần lưu ý:

Khi điều trị tại nhà:

- Mặc đồ rộng, vải mềm và dễ thấm hút mồ hôi để tránh làm vỡ các nốt mụn nước, cần tránh ra gió nhiều.
- Không gãi vào các nốt mụn nước thủy đậu, tránh để dịch lây lan ra nhiều hơn.
- Giữ gìn vệ sinh cơ thể bằng các dung dịch sát khuẩn, sử dụng nước ấm để tắm rửa nhẹ nhàng, không dùng nước lạnh hoặc nước quá nóng.
- Khi có dấu hiệu của những biến chứng do thủy đậu gây ra, cần đưa người bệnh đến ngay bệnh viện uy tín để khám chữa kịp thời.
- Cần chủ động cách ly tránh gây lây truyền bệnh sang cho người khác.

Khi dùng thuốc điều trị:

- Với các nốt mụn nước trên cơ thể, bạn có thể dùng thuốc tím để bôi lên nốt mụn nước nhằm kháng viêm và ngăn ngừa sẹo hình thành.
- Khi mụn nước bị vỡ ra, có thể sử dụng dung dịch xanh Methylen bôi lên. Tuyệt đối không được dùng thuốc bôi mỡ Tetaxilin và mỡ Penixilin hay thuốc đỏ.
- Tuyệt đối không dùng kem trị ngứa có chứa Phenol ở trẻ nhỏ dưới 6 tháng tuổi và phụ nữ mang thai.

Bệnh thủy đậu thường gặp ở trẻ em

5.2. Cách phòng ngừa thủy đậu

Tiêm chủng ngừa vắc xin thủy đậu là biện pháp phòng tránh thủy đậu hiệu quả và lâu dài nhất. Với trẻ em việc tiêm ngừa vắc xin thủy đậu càng quan trọng. Nếu gia đình có trẻ nhỏ hãy đưa trẻ tới cơ sở y tế uy tín để tiêm theo đúng liều lượng quy định. Lịch tiêm gồm:

- Mũi 1: Tiêm khi trẻ trên 1 tuổi.
- Mũi 2: Trẻ từ 1 - 13 tuổi: tiêm cách mũi 1 tối thiểu 3 tháng. Trẻ 13 tuổi trở lên: Tiêm cách mũi 1 ít nhất 1 tháng.

Khi tiếp xúc với người đang mắc bệnh thủy đậu mà bản thân chưa tiêm ngừa vắc xin thủy đậu, cần tiêm chủng ngừa trong 3 ngày sau đó. Không sử dụng đồ dùng cá nhân với người nhiễm bệnh, không chạm vào các mụn nước thủy đậu. Người bệnh cần được cách ly với người thân cũng như cộng đồng, tránh để lây nhiễm rộng rãi.

Bệnh viện Đa khoa Quốc tế Vinmec cung cấp dịch vụ tiêm phòng vắc-xin thủy đậu. Nếu có nhu cầu tiêm các mũi vắc-xin lẻ, Quý khách vui lòng liên hệ các Bệnh viện hoặc Phòng khám của Vinmec trên toàn quốc.

Tầm quan trọng của tiêm vắc-xin đúng lịch



Theo khuyến cáo của các chuyên gia y tế, ngay cả trong thời điểm có dịch bệnh, phụ huynh vẫn nên đưa con đi **tiêm vắc xin đúng lịch**. Việc trì hoãn lịch tiêm có thể làm tăng nguy cơ mắc bệnh đã được loại trừ hoặc khiến các bệnh truyền nhiễm, bội nhiễm như **cúm**, sởi, thủy đậu, viêm họng, viêm phổi...trở nên nặng hơn và khó điều trị hơn.

Trong tình hình dịch bệnh hiện nay, việc tiêm vaccine đúng thời điểm và đúng lịch là rất quan trọng và cần thiết để kịp thời phòng được bệnh đã tiêm và để không nhầm lẫn với bệnh khác, không gây lo lắng cho gia đình và cộng đồng.

Trong vòng 5 năm đầu đời trẻ mới xây dựng được hệ miễn dịch hoàn thiện vì vậy tiêm chủng đầy đủ là một cách tăng cường sức đề kháng hiệu quả với trẻ. Cha mẹ cần lưu ý khi đưa trẻ đi tiêm phòng tuân thủ đúng những khuyến cáo của Tổ chức Y tế thế giới WHO và Bộ y tế như **đeo khẩu trang đúng cách, rửa tay thường xuyên** bằng dung dịch sát khuẩn.

Những khu vực không có dịch các mẹ vẫn có thể cho bé đi tiêm phòng theo lịch tiêm chủng phù hợp với lứa tuổi, nhưng tránh những nơi tụ tập đông người, nên đặt lịch hẹn trước tránh không phải chờ đợi và đến cơ sở y tế tin tưởng cơ sở vật chất đảm bảo.

